

Tekst 5

Faire la sieste à l'université



(1) Faire la sieste à l'université...
Ailleurs qu'en classe pendant un
cours endormant, ou à la
bibliothèque durant des révisions
ennuyeuses ? Certains étudiants en
5 ont rêvé, l'université d'East Anglia l'a
fait ! Un « coin sieste » a en effet été
installé au sein de cette université du
Nord-Est de l'Angleterre pour offrir
10 aux étudiants la possibilité de
prendre un temps de repos au cours
de leur journée.

(2) Les adeptes de la sieste peuvent
réserver sur Internet une place dans
15 la salle 24 heures à l'avance, ou
venir directement s'il reste des
places disponibles. Le « coin sieste »
est pour l'instant ouvert de midi à 18
heures, mais l'association des étu-
20 diants précise qu'elle étudiera un
allongement de l'horaire s'il y a des
demandes en ce sens. Si l'initiative
du « coin sieste » est couronnée de
succès, l'existence de cette salle au
25 sein de l'université pourrait être

prolongée au-delà du semestre en
cours.

(3) Les étudiants peuvent se reposer
en toute tranquillité dans une salle
plongée dans le noir, sur des
30 canapés-lits, des poufs ou des
sièges confortables. Attention
cependant : les siestes ne peuvent
pas dépasser 30 minutes. Plusieurs
35 raisons à cela : d'abord, l'association
des étudiants a lancé cette initiative
pour promouvoir les « bonnes
siestes », celles qui durent une demi-
heure au maximum. Cela suffit pour
40 se ressourcer. Puis, il faut éviter de
dormir plus longtemps (plus de 30
minutes) en pleine journée, pour ne
pas perturber son rythme. Enfin,
l'objectif du « coin sieste » est qu'un
45 maximum d'étudiants puisse profiter
du service. Et si les étudiants veulent
rester plus longtemps ? L'association
des étudiants d'East Anglia répond
avec humour : « Rentrez chez vous.
50 C'est un « coin sieste », pas un
hôtel » !

*d'après Le Figaro,
le 13 février 2015*

Tekst 5 Faire la sieste à l'université

2p 12 Geef van elke bewering aan of deze wel of niet overeenkomt met de eerste twee alinea's.

1 L'université d'East Anglia a installé un « coin sieste » pour tenir compte des désirs des étudiants.

2 Il faut réserver une place à l'avance, sinon on ne peut pas entrer dans le « coin sieste ».

3 Comme le « coin sieste » s'est révélé un énorme succès, l'accessibilité en sera prolongée à partir du semestre suivant.

Noteer 'wel' of 'niet' achter elk nummer op het antwoordblad.

« les siestes ne peuvent pas dépasser 30 minutes » (regel 33-34)

In de derde alinea worden hiervoor meerdere redenen genoemd.

Maximaal 30 minuten slapen overdag is voldoende om je weer fit te voelen en het voorkomt dat je ritme verstoord raakt.

1p 13 Welke andere reden wordt genoemd?